

Предписания по контролю веса

ФИО обследуемого:

◆ Рост: _____ см

◆ Вес: _____ кг

◆ Объем талии: _____ см

◆ Индекс массы тела: _____ кг/м²

1. У Вас

- ☐ нормальный вес. ☐ избыточный вес.
☐ ожирение.

2. У Вас избыточный жир на животе.

- ☐ Да ☐ Нет

3. Опасность возникновения сопутствующих заболеваний (сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, гипертонии, повышенного уровня холестерина и др.) при текущей массе тела

- ☐ низкая. ☐ средняя. ☐ слегка повышенная.
☐ более высокая. ☐ очень высокая. ☐ крайне высокая.

4. Целевая масса тела

- ☐ Не относится к Вам.
☐ Первоначально, следует уменьшить Ваш настоящий вес до ()%.
- Ваша первоначальная весовая цель () kg.
- Период достижения первоначальной весовой цели () месяцев.
- Ежемесячно необходимо уменьшать вес на () kg.

5. Предписания по лечению ожирения

- ☐ Сократить порции. ☐ Сократить количество перекусов/приемов пищи перед сном.
☐ Сократить количество приемов пищи вне дома и употребляемого фаст-фуда.
Получить рекомендации, связанные с (☐ курением ☐ выпивкой ☐ физическими нагрузками ☐ питанием)
☐ Необходимо медикаментозное лечение.
☐ Другое:

6. Болезненные состояния обследуемого, улучшение которых можно ожидать путем здорового питания

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Стенокардия/инфаркт | <input type="checkbox"/> Диабет | <input type="checkbox"/> Инсульт |
| <input type="checkbox"/> Высокое артериальное давление | <input type="checkbox"/> Высокий уровень холестерина | <input type="checkbox"/> Заболевания периферических кровеносных сосудов |
| <input type="checkbox"/> Синдром обструктивного апноэ сна | <input type="checkbox"/> Остеоартрит | <input type="checkbox"/> Инконтиненция |
| <input type="checkbox"/> Заболевания желчного пузыря | <input type="checkbox"/> Другие: | |

7. Другое мнение (при необходимости заполнить в пределах 100 символов)

☞ Для успешной коррекции массы тела необходим регулярный контроль.

ФИО врача / подпись:

※ Данные предписания не могут быть использованы для приготовления или создания лекарственных препаратов. Предназначены только для улучшения повседневных привычек.